

南阿蘇村

こめ物語

K O M E

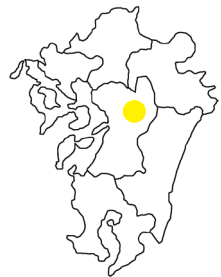


MINAMIASO

Agriculture Story

はじめに

雄大な阿蘇五岳の裾野に広がる、穏やかな田園風景。
わたしたちが愛してやまないこの風景は、
脈々と続く、自然と人の営みによってつくられ、守られてきたものです。
この美しい風景を支えているのは、農業。
そして、おいしく食べてくれる「あなた」こそ、大切な「鍵」。
南阿蘇のおいしい米を、どうぞ召し上がれ。



南阿蘇村は、阿蘇五岳と外輪山に囲まれた、南郷谷に位置しています。人口約1万人、基幹産業は農業と観光。美しい景色やおいしい食を求めて、たくさんの人が観光に訪れます。



あなたが選んだごはん
この風景はできている

MINAMIASO Agriculture Story

Contents

- 02 はじめに
- 04 米のはなし
- 08 チームで挑め!
- 10 風景の作り手
- 14 おいしいお米を頬張りたい!
- 15 プロに選ばれる南阿蘇のお米



Instagram : @minamiaso_yokatoko

米

教えてくれたのは



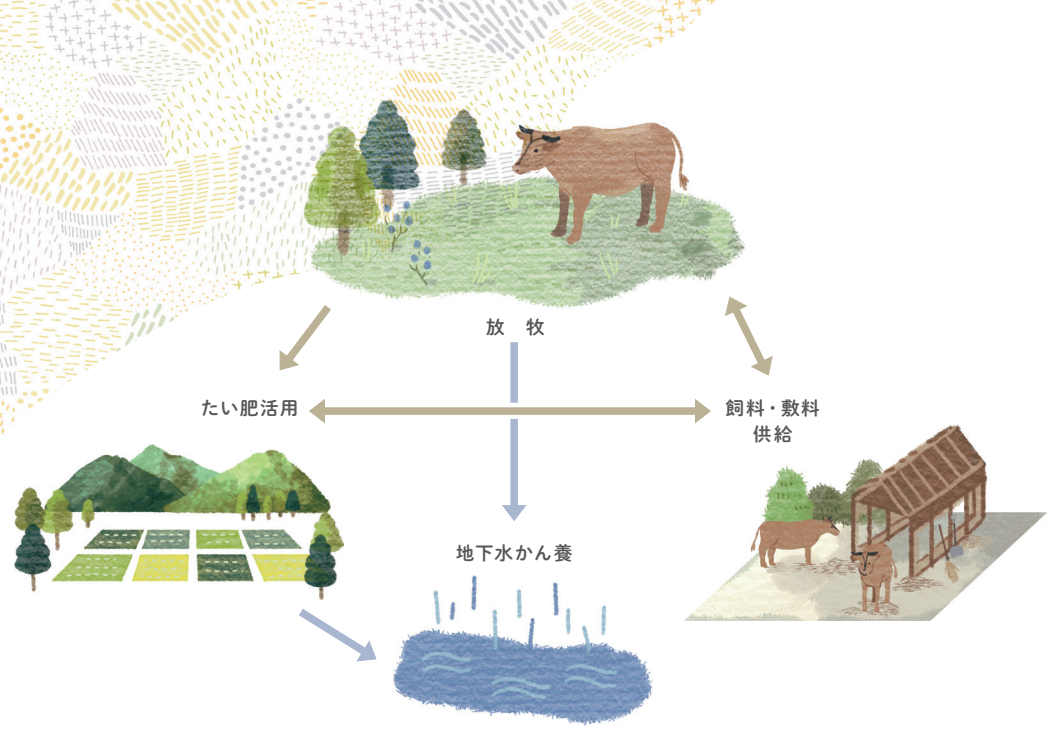
東海大学 農学部 作物学研究室
教授 阿部 淳さん

化学農業・肥料に頼らない食用米や酒米の栽培技術について研究している。

【参考】

- ・ASOいご草原へ(環境省)
- ・熊本県南阿蘇村における冬季湛水による地下水涵養量の定量的評価(東海大学、2022)
- ・阿蘇と熊本地域の地下水を中心とした水循環システムと熊本地震(森林環境2023)
- ・世界農業遺産阿蘇 <https://www.giahs-aso.jp>
- ・政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp>

など



はるか昔から営まれる、循環型農業。草原、田畑、家畜、地下水が互いに支え合い、バランスを取っている。

米のはなし.1



南阿蘇村で米をつくる

数万年前、火山の爆発によって形成されたカルデラの内部に広がる田園風景。南阿蘇村での米づくりは、この稀有な環境があつてこそ成り立っている。

標高400〜500メートルに位置する南阿蘇は、真夏でも冷涼。平野部に比べてウンカやカメムシなどが少なく、慣行栽培であっても農薬をほとんど使用せず済む。意識せずとも減農薬栽培があたりまえ、という感覚だ。なかには虫が悪さをしないよう



上/毎分60トンの湧水量を誇る白川水源。南阿蘇には11の水源がある。
下/特有の自然環境を活かした、酒米「山田錦」の栽培も行われている。(P.9)。

肥料を控えたり、与えないという生産者もいる。肥料に含まれる窒素分は植物の生育を助けてくれるが、過剰に与えると葉や茎が軟らかくなってしまい、結果的に虫に食べられやすくなってしまふのだ。水においても優位性が高い。阿蘇は日本有数の多雨地帯。河川の水だけでなく、豊富な地下水に由来する湧水を活用する農家も少なくない。清らかな水で育つ米のおいしさは言わずもがな。

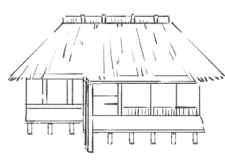
雄大な自然の恩恵を受け取りながら米づくりを続けてきたからだろうか。「南阿蘇には特別な思いを持つて米づくりと向き合う作り手が多いように感じる」とは、米の研究者である阿部先生の言。少しでも環境負荷を抑えたい、おいしい米を食べてもらいたいと、農薬や化学肥料に頼らない手法に挑戦する農家も増えている。比較的小規模な水田が多いものの、目や手の行き届く規模感と考えれば、有機栽培や自然栽培に挑戦しやすい環境とも考えられるだろう。

米のはなし.2

人と自然が織りなす風景



右/毎年3月に行われる野焼き。
左/草原で放牧されるあっさりとした味わいが特徴の、あか牛。



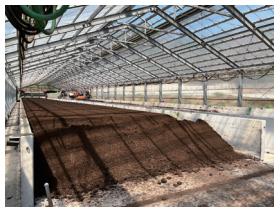
昔は草原の茅を屋根の材料にした。

人と自然の結びつきなどが評価され、2013年に世界農業遺産に登録された南阿蘇を含む阿蘇地域。その象徴ともいえるのが、山々に広がる草原だ。

草原は人の営みによってつくられた。家畜の放牧や採草、家屋の屋根の材料にすることを目的に、千年にもわたって維持管理されてきた歴史を持つ。野焼きをして植物の更新を促し、芽吹いた草を農耕牛馬のえさに。草や家畜の糞を田畑の肥料に。こうした循環型農業の基礎がいつの頃からか生まれ、それは形を変えながら現代にまで受け継がれている。新緑に萌える美しい草原でのんびりと草を食むあか牛の姿は、その象徴だ。

この循環型農業の輪をいっそう
 拡げようと、南阿蘇では有機肥料
 生産センターを2005年に新設。
 バクテリアやミネラルの力を借り
 て牛糞をじっくり発酵させること
 で、環境負荷に配慮した独自のた
 い肥づくりを行っている。農家に
 限らず、一般家庭の購入も可能だ。

DATA
 有機肥料生産センター
 南阿蘇村吉田1856
 TEL. 0967-62-8186



稲刈りが終わると冬期湛水が始まる。湛水するとメタンガスが生成されることをデメリットと捉える向きもあるが、稲の生育中に比べれば微量なうえ、対策は可能だ。

米のはなし. 3

冬期湛水で
 地下水を育む

草原は、地下水かん養（雨水などが地中に浸透し、地下水として蓄えられること）の機能が高いことでも知られている。雨量が多い割に災害が少なく、水不足にならずに済むのは、草原が水がめのように水を蓄え、水の量を調節してくれているから。阿蘇から熊本地域の地下水帯に流入する水量は、全体の約4割にもものぼると試算され、熊本市を含む100万人の暮らしの要となっている。

しかし課題も多い。高齢化や人手不足によって野焼きができない地域が増え、明治期から約100年で草原面積は半分以下に。いまなお減り続けており、植生の変化による地下水かん養機能の低下や、将来的な水質の変化が懸念される。生態系のバランスが崩れ、絶滅が危惧されるいきもの棲み処が奪われることにもなりかねない。

そんななか南阿蘇村では水田が果たす地下水かん養機能に着



冬期湛水で多くのいきものが命をつなく。左から、トンボ、ミズカマキリ、ゲンゴロウ、ヘイケボタル。

目。稲刈りが終わった後の水田に水を張る、冬期湛水を推奨している。数十年かけて少しでも多くの地下水を育もうという計画だ。

冬期湛水により、水辺のいきものたちに冬の棲み処やえさ場を提供でき、生物多様性もぐっと高まる。結果、排泄物や死がいなどが水田の地力を養ってくれるという、うれしい恩恵も。いきものが増えれば相乗的に水のろ過機能も高まり、水質改善につながることも期待できそうだ。冬期湛水をはじめ、いきもの主体の米づくりを実践してきた入請外憲市さん（P. 11）の水田では、毎年ホタルが舞い、心を癒やしてくれるという。彼らのえさとなる貝、そのえさとなる落ち葉や藻類…と考えていけば、とんでもない数のいきものがあるかと想像できるだろう。

1枚の水田を指して、「ここにひとつの宇宙がある」と表現する生産者たちがいる。米づくりをど



米のはなし. 4

誰もが風景の
 担い手



おして、暖かい日差しや優しい雨、吹き渡る風、そして水と土と稲と共に生きるいきものたちの存在を感じられればこそ、「宇宙」という言葉が湧き上がってくることに深くうなずけた。

とはいえ、そもそも潤沢な水がなければ冬に灌漑（かんがい）するなど無理な話。2023年時、村内の冬期湛水面積は約146ヘクタール。これだけの規模で実施できるのは、年間を通してたっぷり水を使える環境が前提にあるからだ。

消費者のなかには「田園風景」に馴染みのない人も多くなったことだろう。まして普段口にしていく米を、どんな人がどんな場所で、どんな思いを込めて作っているのかなど、想像することも難しい。食べることと農業の現場が、こんなにも離れてしまった現代の「歪（よこ）さ」のようなものを、感じずにはいられない。

ここ南阿蘇でも、後継者不足や人手不足、高齢化などを理由に、米を作れなくなる田んぼが増えつつある。それはつまり、阿蘇五岳の裾に広がる人々の営みの風景が失われてしまうということ。

そんな結末にしないため、鍵を握るのは私たち消費者。米を買い、おいしく食べることが、生産者を支える大きな力になる。生産者だけが、この美しい風景をつくっているのではない。私たち一人ひとりが当事者であり、担い手となり得るのだ。

おあしす米 生産組合

昭和の終わり、JA青年部の挑戦から始まった無農薬の米づくり。現在は17軒が組合員となり、生産・保管・発送のすべてを自ら担う。栽培管理ルールを厳守しつつ、それぞれのこだわりや味わいを追求しており、固定ファンも多い。

食の安心や安全は、誰がつくるのだろうか。それは作り手であり消費者だ。

「大変な草取りも、お客さんが待っていてくれるから頑張れる」と組合員のひとり、宮田加奈さん。3代にわたるファンもいて、「うちの子はおあしす米でできています!」とうれしいメッセージがくることも。

組合の利点はなんといってもチーム力。米づくりはそれぞれに責任を持ちつつ、共用精米所の整備や資材管理などを役割分担し、互いにサポートし合う。

発足から30年以上。後継者不足が嘆かれる昨今でも、組合内の世代交代は比較的スムーズだとか。「先輩陣を見習って、私たち2代目後継者も精進したいです」。加奈さんの顔は、やりがいと誇りに輝いていた。

Theme

おいしい、あんぜん、しんせん、すてき!



おあしす米生産組合員。注文の際に生産者を指定でき、ファン化につながっている。

おあしす米ルール

- 品種は、味に定評のあるコシヒカリ
- 合鴨or鯉の力を借りる
- 使える有機肥料が決まっている
- 品質検査後、低温保冷库管理
- 精米したてを発送
- 別の生産者の米と混ぜないなどなど

<https://www.minami-aso.com>



1994年に組合に加入した二子石ファームの2代目、宮田夫妻。



初夏の除草や害虫対策に大活躍の合鴨。



手間がかかるぶん、とびきりおいしい。

喜多いきいき くらぶ

酒造好適種「山田錦」を自然栽培する生産者団体(約15軒)。2010年発足。黄金色に実った山田錦は、ぐっと頭(こうべ)を垂れる姿が特徴的。山田錦は県内外の蔵元に送られ、日本酒・焼酎が造られる。生産者と蔵元との交流も盛ん。

喜多いきいきくらぶの山田錦は、「米本来のカタチをしている」という。大粒でほどよく心白(米の白い部分)が入り、窒素含有率が低め(雑味が少ない)。蔵元にとっては、「味の良さはもちろん、変な気を使わないでいくらい品質が安定している」そうだ。

ただでさえ栽培が難しいとされる山田錦を、農薬や肥料を使わずに育てる。代表の高島和子さんが決して譲りたくないのは、「水をきれいなまま、地下水にする」こと。失敗も苦労も経験にして邁進するうち、一人、またひとりと共感してくれる人の輪が自然と広がってきた。「コツコツとやってきた結果が、いま」。高島さんの穏やかな眼差しに込められるのは、自然への深い敬意。見据える先には、心豊かな地域の暮らしがある。

Theme

お酒をひと口含めば、目裏に広がる田園風景



関係者を招いての圃場見学会。



代表の高島和子さん。



立ち姿が美しい山田錦。



純米吟醸 残心
林龍平酒造
(福岡みやこ町)
あと味すっきり。



純米吟醸 三井の寿
みいの寿
(福岡県大刀洗町)
料理と好相性。



純米吟醸 天祥地瑞
澄川酒造
(山口萩市)
華やかな吟醸香。



米焼酎 南阿蘇
那須酒造場
(熊本県多良木町)
昔ながらの甕仕込み。



純米大吟醸 超久
中野BC
(和歌山県海南市)
冴えわたる透明感。



純米吟醸 山
山村酒造
(熊本県高森町)
ふくよかなうま味。



作り手
02

いりやま 憲市 さん

沖縄県出身。東京生活を経て2006年に移住し、2008年就農。岩澤信夫氏(千葉県)に学んだ「いきもの軸の農業」を、気候に合わせて工夫しながら実践。



作り手
01

しんき 眞喜 さん

企業で働きながら週末農業をする生活を45年。退職後、実家の農業を継ぐ。ある日、米を食べた子どもに「農業の味がする」と言われ、有機農業へ舵を切る。

「稲が『おいで』って呼んでるのがわかるくらい、田んぼをよ〜く観ること」。笠野眞喜さんに水稲で大事なことを尋ねると、そんな答えが返ってきた。その時々で稲が欲していることを見落とさず、必要な手助けをするだけ。子どもの頃から培ってきた経験は、笠野さんのなかで確かな知恵となり、農業と向き合う軸を形成しているようだ。

「地域のきれいな水を、いま自分たちが汚してしまえば、20年30年後に下流で暮らす人たちにまで影響が出てしまう」。農業に携わる者として、笠野さんは南阿蘇、ひいては下流の環境へも心を傾ける。笠野さんのもとは、その人柄を慕い学ぼうと励む若者の姿があった。それは確かな希望の灯だ。

多様ないきものが集い憩う、田んぼ

入請外憲市さんの田んぼでは、ホタルやトンボが群れ飛び、カエルの大合唱が響き渡る。「米づくりというより、いきもの増やしがメイン(笑)」。彼らは稲を狙う虫を食べ、排泄物が稲の生育を助ける。だから農業はご法度。彼らの棲み処となる畔の草刈りは最低限に留める。さらに土中の菌類や微生物のコロニーをできるだけ壊さないよう、表層だけを耕す手法を採用。生態系バランスを整えさえすれば、その循環のなかで自然と米が育つ。入請外さんの米づくりは理に適っていて、美しい。

稲刈りが終われば、また水を張る(冬期湛水)。越冬したいいきものたちが、春、入請外さんの最高の相棒として再び活躍してくれるのだ。

沖縄の実家は農家だったという入請外さん。「田んぼのいきものたちに遊んでもらっていた」と、懐かしそうに目を細める。「環境づくりは、米づくりを助けてくれるいきものへの恩返しみたいなもの。いつか、コウノトリがここに遊びに来てくれるのが夢なんですよ」。

①・② 土中には、ヘイケボタルのえさとなるマキガイ類がいっぱい。数えきれないほどのホタルの姿を見ながら、水田や地球の生態系に思いを馳せる。



- ① もみがら燻炭と山の土を独自にブレンドし、苗床の土に。
- ② 笠野さんに学ぶ若者たちと一緒に。
- ③ 笠野さんの水田は、集落のお社のふもとにある。

■ <https://minamiaso-satoyama.com/fr/15>

■ <https://gen-mai-ya.com>

2012年新規就農。大好きなサーフィンを通じて、「自分のいる場所をきれいにしたいというあたりまえの感覚で」環境問題へ目を向けたことが、転機のひとつ。



この場所で、 米を作って生きると 決めたから

新規就農から約10年。「ここからが本番スタート」という大森博さんの言葉に、きゅつと細められた眼差しに、米づくりに対する深い真心がにじむ。一生の仕事として農家という生き方を選び、自身の未熟さを痛感しながらも、いつだって本気で米づくりと向き合ってきた。そして

いま、大森さんはここに、米農家として立っている。「10年かけて田んぼと仲良くなる。あとは稲の言うことを実行して、ポテンシャルを引き出すのみ。自分が作るというより、南阿蘇という環境に育ててもらっている感覚です。田んぼをスーッと渡る風を感じるたびに、

とても素敵なプレゼントを受け取っているなって思います。」
経験を積むごとに、やりたいことが次々と生まれる。果てのない道のりを、大森さんは自らの役割を模索しながら一歩ずつ進んでいく。次の10年を越えた先、大森さんの目にはどんな景色が映っているだろう。



「研修先の福井県で食べて衝撃を受けた」というササニシキが栽培の中心。あっさりとした味わいに、大森さん自身が惚れ込んでいる。農薬や肥料を使わずに育て、かけ干しにした米を全国へ届ける。

■ <https://minamiaso-satoyama.com/fr/14>

山都町、南阿蘇村での研修を経て2020年に新規就農。「地域で頑張ってきた先輩がたくさんいる。自分も少しでも地下水を守りたい」と話す。



あしたをつくる 「ひと雫」に 思いを込めて

「自分が生きていく間に、この田んぼで一滴でも多くの地下水を育みたい」。赤城誓一さんが米づくりを続ける、それが理由のひとつ。仕事の傍ら、趣味で始めた米づくり。いつしか本気の仕事となり、暮らしの一部となり、南阿蘇村に辿り着いた。

栽培するのは、米の原種に近いとされる亀の尾、もち米の緑米、酒米の山田錦。一般に栽培が難しいとされる品種を、しかも農薬や肥料を一切使わずに育て上げるのは並大抵のことではない。けれど赤城さんは笑って言う。「子育てしている気分ですね。田んぼも自分も、一緒に成長している。毎年毎年、楽しく

なるんです」。年に一度しかできない米づくりだから、一瞬一瞬が勉強。実りの季節に田んぼと「答え合わせ」をし、また次の年を迎える。
赤城さんが選んだ、自分なりの「正直さ」。ふっくらと実る稲穂は、その静かに熱い思いを象徴するかのようだ。



右/収穫のタイミングは、「稲の顔」を見て決める。左/刈り取った稲はかけ干しに。こだわりの商品を扱うオンラインストアを中心に卸す。

プロに選ばれる 南阿蘇のお米

産婦人科の入院食を中心に、安心安全で
とびきりおいしい料理を提供する
プロフェッショナル集団、K-hearts。
シェフが語る、南阿蘇のお米の魅力。



南阿蘇の米を使用！

K-hearts 株式会社

<https://k-hearts.jp>



小林 亜美さん
(神奈川県担当)

得意料理は和食

答えてくれたシェフ



鬼頭 義和さん
(愛知県担当)

得意料理は煮込み

食べ応え抜群の粒感

しっかりした味わい

四季折々の食材と組み
合わせて、目にも楽しく



Q 南阿蘇のお米の魅力はどんなところ？

- 清らかな水で育ったオーガニック米！
- 安心して食べてもらえる。
- 生産者さんの思いが、一粒の米に詰まっているなあと感じます。

Q 仕事で大切にしていることは？

- 大切ないのちを生み出してくれたお母さんへ、お祝いの気持ちを込めて調理します。
- 食を通じて、南阿蘇村を応援したい！

Q これからの課題

- 他の米との「違い」を、どう伝えるか？
- 南阿蘇の米の魅力をもっと知ってもらうこと。

米
知識



お茶碗1杯 = お米約3,250粒 = 稲3株

品種や炊き方にもよるけれど、
お茶碗1杯のごはんの重さから計算すると、
だいたいこのくらい。

Column



山水苑【さんすいえん】

南阿蘇村河陰3717-1

TEL.0967-67-2462

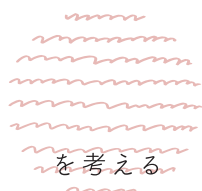
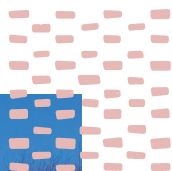
山水苑の 田楽Bコース

裏から、パチパチと炭の弾ける音がする。食欲をそそる魚や野菜の匂いに負けないくらい存在感を放つのは、ほくほくと湯気を上げる真つ白なごはんだ。
オーナーの古澤勝康さんが手塩にかけて育てた米。「ここには澄んだ水がある。他の地域より水温が低いかから収穫量は少し落ちるけれど、味はよかよ」と、ニヤリ。味噌で仕上げた田楽と一緒に、思いきり頬張ろう。



古澤 勝康 さん

農家でもある古澤さん。米だけでなく、店で提供する季節の野菜の多くは自家産だ。



農業を通して村のこれからを考える



南阿蘇村農業みらい公社



<https://minamiaso-satoyama.com>

| 発行 |

南阿蘇村環境保全農業推進協議会
熊本県阿蘇郡南阿蘇村河陽 1705 番地 1
TEL.0967-67-2707 (南阿蘇村農政課内)
<https://minamiaso-kanpo.jp>

編集 家入 明日美
制作 AKARU Design
撮影 五十嵐 恵美
イラスト 坂本 菜